ASPIRE assist®

English	2
Español	8
Ελληνικά	14
Česky	20
Português	26
Türkçe	32

ASPIRE bariatrics

Welcome!

Hello!

Congratulations on beginning your weight loss journey with the AspireAssist® Aspiration Therapy System! We are thrilled that you have made the decision to regain your life and your health.

If you're like most AspireAssist patients, you've tried many other diets that haven't worked for you long-term. The AspireAssist is different. It will take real effort and commitment, but if you follow the basic principles, it can be the helping hand you need to achieve life-changing weight loss. Please read this booklet carefully to make sure you get the most out of your AspireAssist.

There are no restrictive diets with Aspiration Therapy. You can eat normal, healthy meals while continuing to lose one to two pounds per week. Over time, you will learn about portion control and the advantages of regular exercise.

We are always here to help throughout your journey. Should you need assistance, please contact your local authorized Aspire Bariatrics representative.

We wish you the best of luck on your weight loss journey with the AspireAssist!

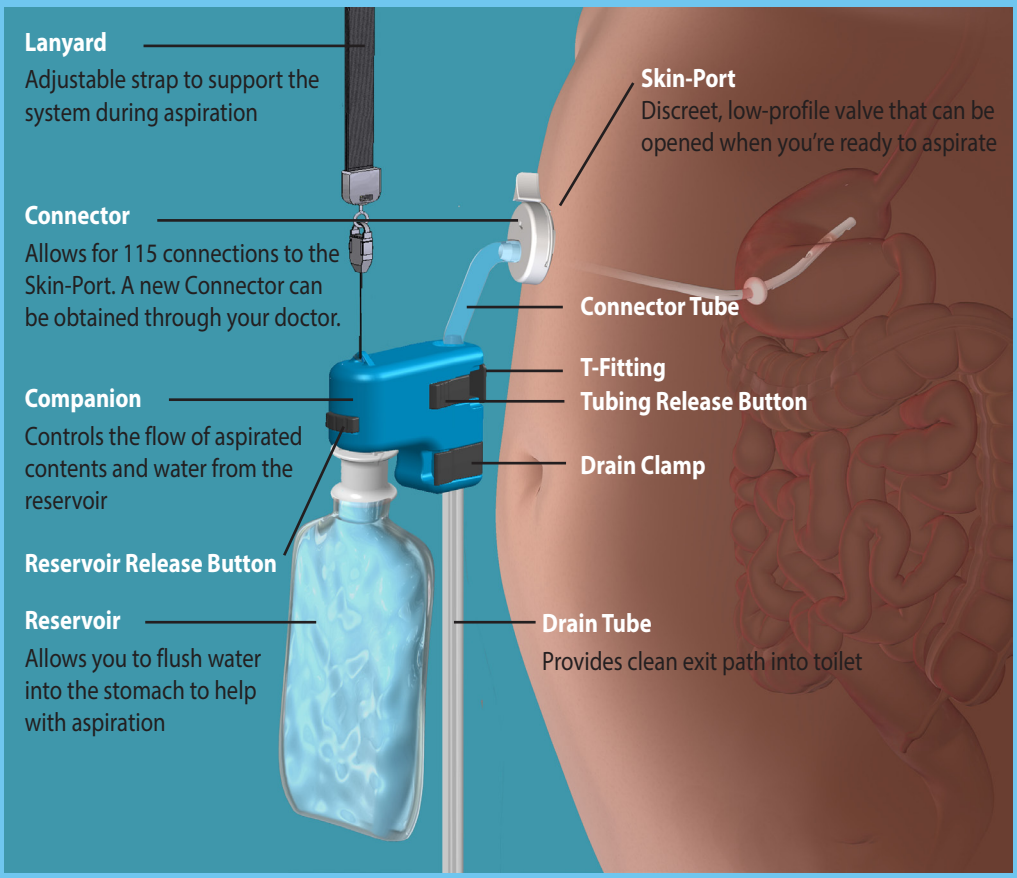
Sincerely,

The Aspire Bariatrics Team

ASPIRE bariatrics

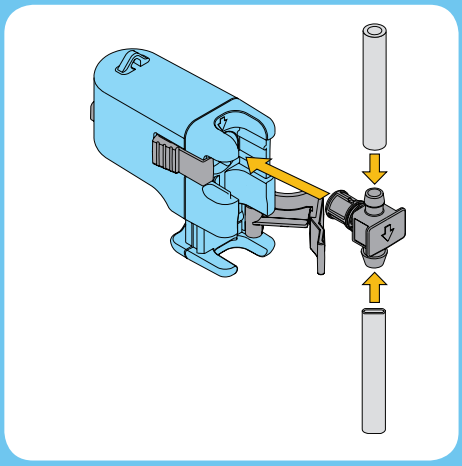
Get to know the AspireAssist®

English


Lanyard
Adjustable strap to support the system during aspiration
Connector
Allows for 115 connections to the Skin-Port. A new Connector can be obtained through your doctor.
Companion
Controls the flow of aspirated contents and water from the reservoir
Reservoir Release Button
Reservoir
Allows you to flush water into the stomach to help with aspiration
Skin-Port
Discreet, low-profile valve that can be opened when you're ready to aspirate
Connector Tube
T-Fitting
Tubing Release Button
Drain Clamp
Drain Tube
Provides clean exit path into toilet

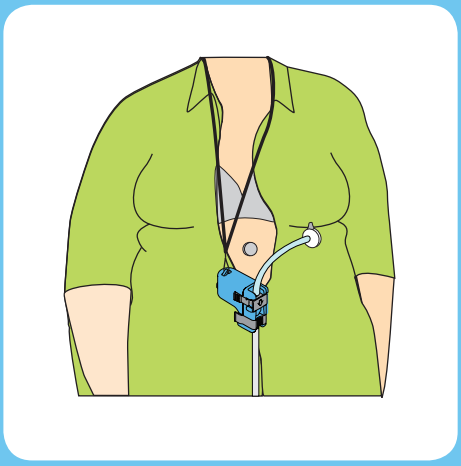
Setting up your AspireAssist

Step 1:



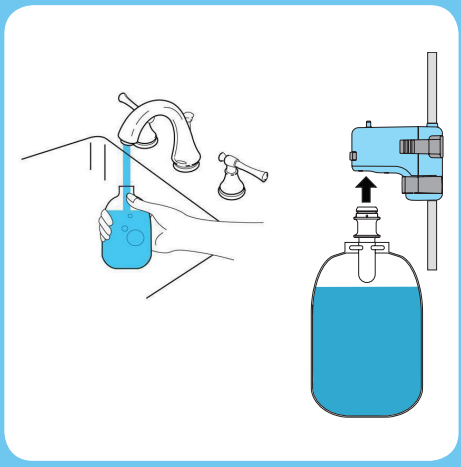
Attach the Connector Tube and Drain Tube to the T-Fitting, then insert into the Companion with the arrow pointing down.

Step 2:



Hang system around neck using the lanyard.

Step 3:



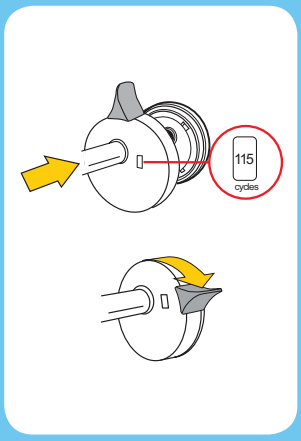
Fill the Reservoir with water, and attach it to the Companion.

Step 4:

Position system over toilet, keeping drain tube above water level.

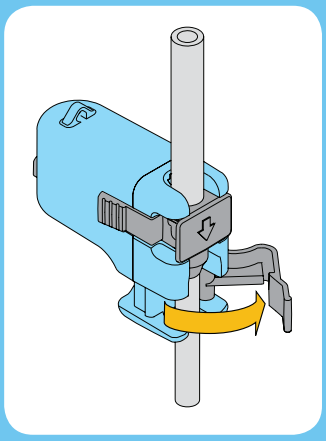
Operation

Step 1:



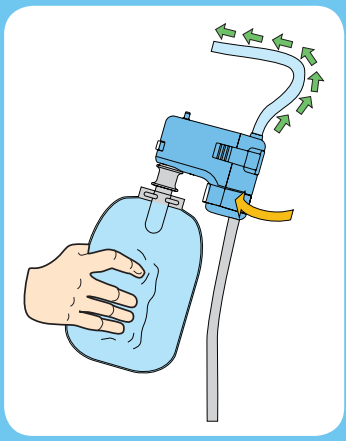
With the Drain Clamp closed, attach Connector to Skin-Port and rotate lever clockwise

Step 2:



Open Drain Clamp to begin draining.

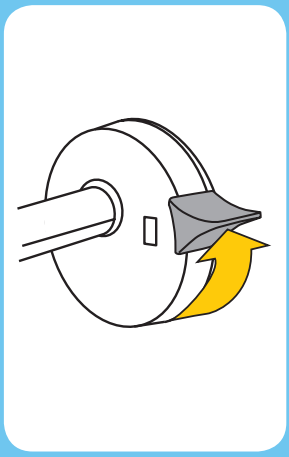
Step 3:



Once draining stops, close Drain Clamp and squeeze Reservoir to flush about a quarter of the water into the stomach. Repeat steps 2 and 3 until clear water flows out and your stomach feels empty.

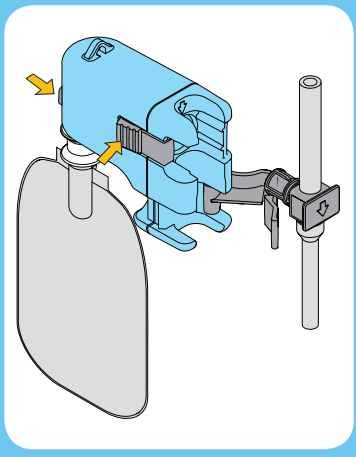
Disconnect and Rinse

Step 1:



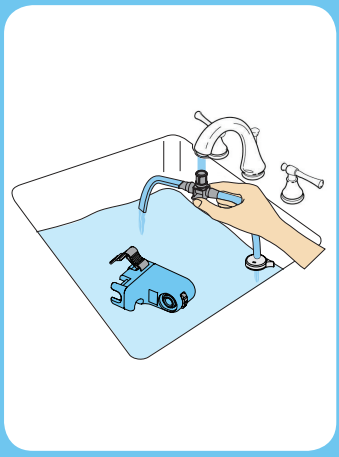
Rotate lever counter-clockwise to disconnect Connector.

Step 2:



Open Drain Clamp and press Tubing Release button to remove T-Fitting and tubing. Press reservoir release button to release Reservoir.

Step 3:



Rinse all components in the sink. Store in carry bag. *Note: See Users Manual for complete cleaning instructions.*

How it Works

Normally, after eating a meal, food travels to the stomach, where it is broken down into small pieces over one to two hours. Next, the food is moved into the intestines where the calories and nutrients are absorbed. The AspireAssist works by removing about 25-30% of the calories from your stomach twenty minutes after you eat.

Stay Committed

Eliminating some of the calories you eat will lead to dramatic weight loss. The most successful patients aspirate two to three times per day, after every major meal. Like any weight loss program, Aspiration Therapy takes commitment! It's not a magic bullet, but rather a tool for success. Make a plan now for when, and where, you will fit aspiration into your daily life.

Chew, Chew, Chew!

Remember that everything you eat needs to fit through the holes in the tube. This requires more time and patience than you might think at first, but it makes the aspiration process much easier (and it helps you eat slowly, so you'll feel full faster). You'll know you've chewed enough when the tube doesn't clog frequently and you can aspirate in 5-10 minutes.

Timing Matters

The ideal time to aspirate is about twenty minutes after you finish each meal. Aim for as close to twenty minutes as possible – consider setting an alarm to help you remember. If you do forget, remember that aspirating an hour later is still better than not aspirating at all!

Minimize Snacking

Initially, you may feel hungry sooner as your body adjusts to the reduced calorie absorption. As snacks are not aspirated, it is important to minimize the number of snacks and eat healthy low- calorie snacks such as fruit or lean meats. Make sure you are eating meals on a regular schedule, so that you sit down for a healthy, balanced meal when you begin to feel hungry again.

Learning Curve

At first, you may have trouble getting the aspiration flow started. Don't be discouraged – over time, you will learn tricks to help the process. Here are a few to try:

- Squeeze abdominal muscles
- Squeeze and release the Connector Tube while draining
- Wait a few seconds after infusing water to allow it to mix with the food. Gently press on your stomach with your hands to help the mixing process.
- Drink a glass of water right before aspirating

- Gently rotate the Connector to move the tube's holes to a new position in your stomach

As you get more comfortable, it should take less time to aspirate. Remember to drink plenty of water throughout the day, and especially with meals. In addition to making you feel full sooner, water will help get the flow started when you aspirate.

Success Begets Success!

A lifestyle modification program will be provided with Aspiration Therapy through your healthcare provider. Through this program, you will learn about healthy eating choices and the importance of physical activity. Many patients find that the early weight loss with the AspireAssist helps them make these positive changes.

Medical Monitoring

Aspiration Therapy must be performed under careful medical supervision. Your physician will monitor your weight loss progress and your overall health very carefully in the first year and occasionally thereafter. Both weight loss and the aspiration progress can cause an imbalance in nutrients and electrolytes, so your doctor may prescribe medications such as a multivitamin and/ or an acid-reducing medication to ensure a proper balance. It is very important to take these medications regularly, and make sure you keep your scheduled physician check-ups. Remember that medications must be taken at least **two** hours before aspirating to make sure they are absorbed by the body.

Guidelines for Removing the AspireAssist

Some patients may wish to have the AspireAssist removed after they have reached their weight loss goals. If you have made dramatic changes to your lifestyle, this may be possible without weight regain. We recommend that all patients take a break from aspirating for at least two to three months before having the AspireAssist removed, to determine if they can maintain the weight loss without it. Many patients choose to keep the AspireAssist in place to ensure that they maintain their weight loss.

Troubleshooting

Please read the User's Manual completely before beginning Aspiration Therapy. Should you have any trouble that cannot be resolved with the information contained in the User's Manual, please contact your healthcare provider.

¡Bienvenido!

Hola.

Enhorabuena por comenzar el proceso de adelgazamiento con el sistema de terapia de aspiración AspireAssist®. Estamos encantados de que haya tomado la decisión de recuperar su vida y su salud.

Si es como la mayoría de los pacientes de AspireAssist, habrá probado muchas otras dietas que han terminado por fracasar a largo plazo. El sistema AspireAssist es diferente. Exige un esfuerzo y un compromiso reales pero, si sigue los principios básicos, puede ser el impulso definitivo que necesitaba para lograr la pérdida de peso que cambie su vida. Lea con atención este folleto para asegurarse de aprovechar al máximo su dispositivo AspireAssist.

Con la terapia de aspiración no hace falta ningún tipo de dieta restrictiva. Podrá comer de forma normal y saludable mientras continúa perdiendo de 1/2 kg a 1 kg de peso por semana. Con el tiempo, aprenderá a controlar las porciones y a apreciar las ventajas de la práctica regular de ejercicio.

Estaremos a su lado para ayudarle durante todo el proceso. Si necesita asistencia, no dude en ponerse en contacto con su representante autorizado local de Aspire Bariatrics.

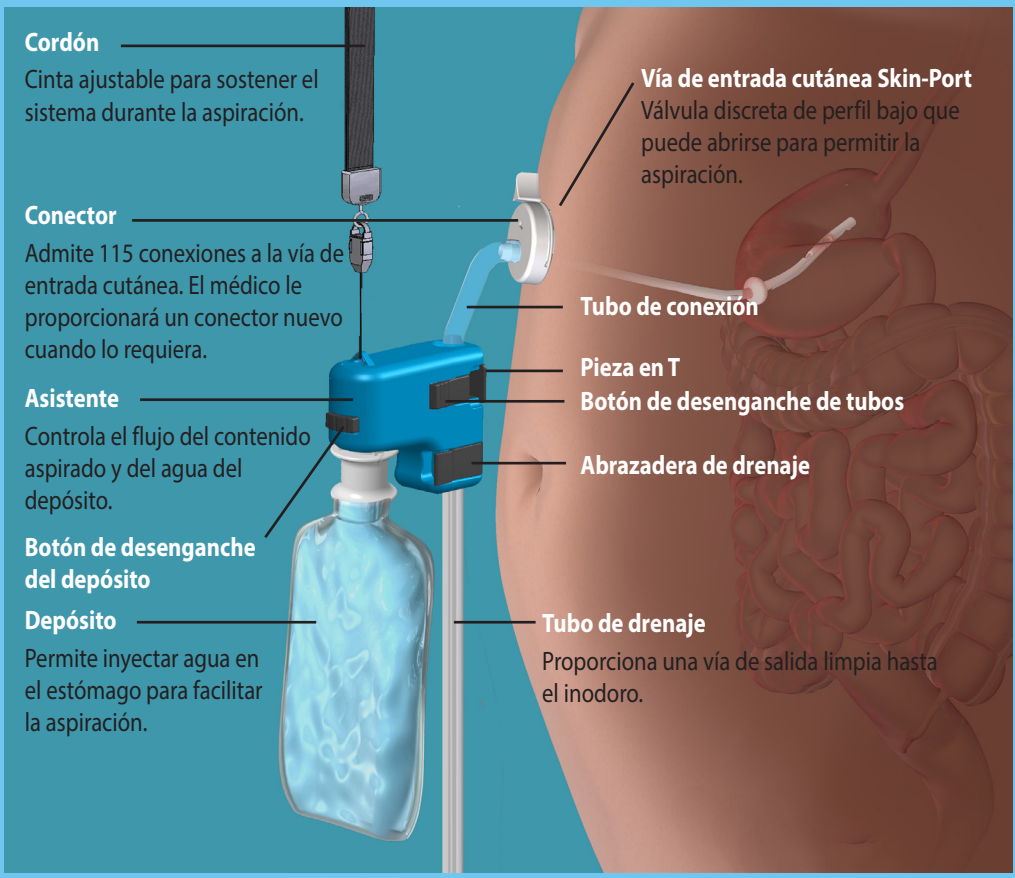
¡Le deseamos mucha suerte en el proceso de adelgazamiento con AspireAssist!

Atentamente,

El equipo de Aspire Bariatrics

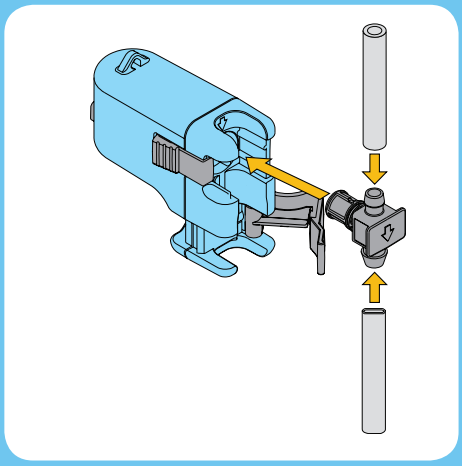
ASPIRE bariatrics

Así es el sistema AspireAssist®


Cordón
Cinta ajustable para sostener el sistema durante la aspiración.
Conector
Admite 115 conexiones a la vía de entrada cutánea. El médico le proporcionará un conector nuevo cuando lo requiera.
Asistente
Controla el flujo del contenido aspirado y del agua del depósito.
Botón de desenganche del depósito
Depósito
Permite inyectar agua en el estómago para facilitar la aspiración.
Vía de entrada cutánea Skin-Port
Válvula discreta de perfil bajo que puede abrirse para permitir la aspiración.
Tubo de conexión
Pieza en T
Botón de desenganche de tubos
Abrazadera de drenaje
Tubo de drenaje
Proporciona una vía de salida limpia hasta el inodoro.

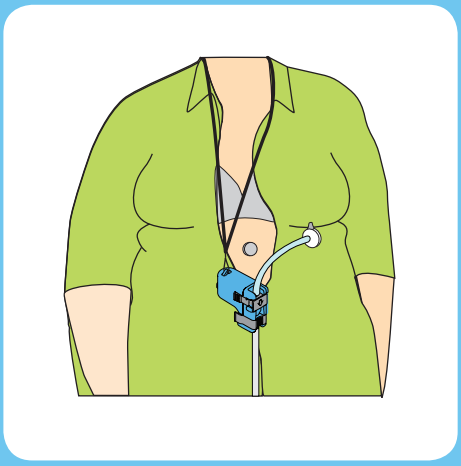
Preparación del sistema AspireAssist

Paso 1:



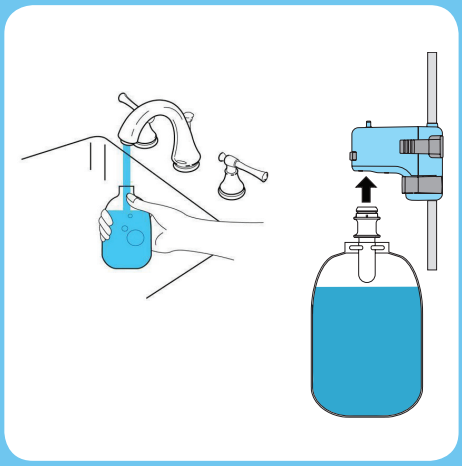
Acople el tubo de conexión y el tubo de drenaje a la pieza en T, y después inserte el conjunto en el asistente con la flecha hacia abajo.

Paso 2:



Cuélguese el sistema del cuello mediante el cordón.

Paso 3:



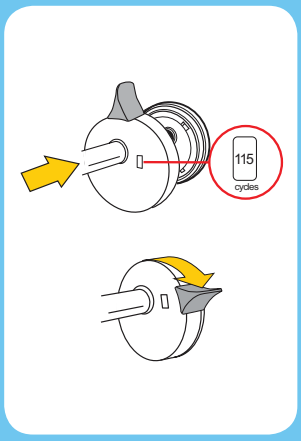
Llene el depósito de agua y acóplelo al asistente.

Paso 4:

Coloque el sistema sobre el inodoro, manteniendo el tubo de drenaje por encima del nivel del agua.

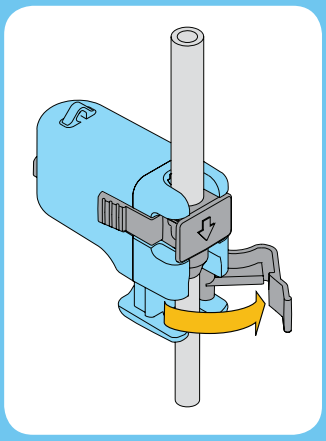
Funcionamiento

Paso 1:



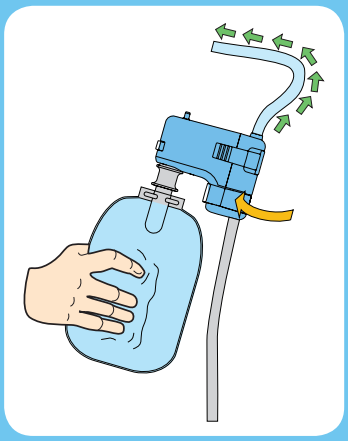
Con la abrazadera de drenaje cerrada, acople el conector a la vía de entrada cutánea Skin-Port y gire la palanca a la derecha.

Paso 2:



Abra la abrazadera de drenaje para iniciar el drenaje.

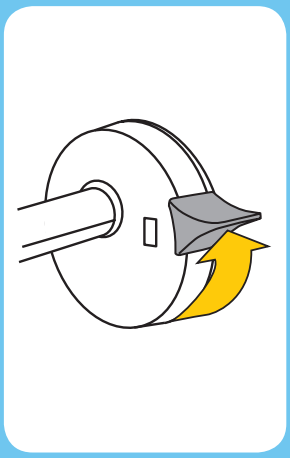
Paso 3:



Cuando termine el drenaje, cierre la abrazadera de drenaje y apriete el depósito para inyectar aproximadamente una cuarta parte del agua en el estómago. Repita los pasos 2 y 3 hasta que salga agua limpia y sienta el estómago vacío.

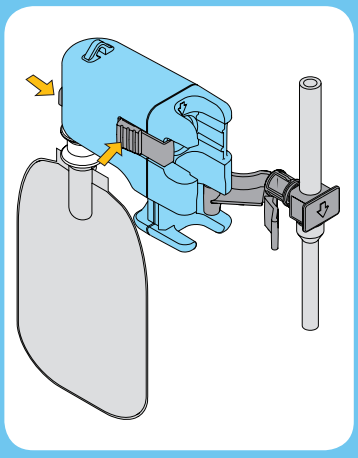
Desconexión y enjuague

Paso 1:



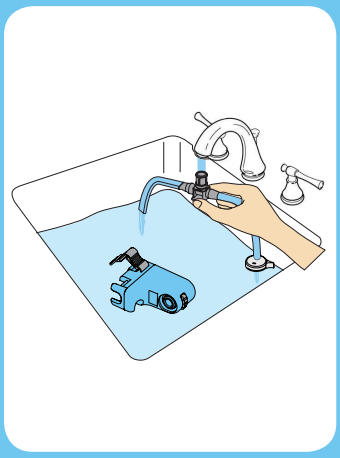
Gire la palanca a la izquierda para desconectar el conector.

Paso 2:



Abra la abrazadera de drenaje y presione el botón de desenganche de tubos para extraer la pieza en T y los tubos. Presione el botón de desenganche del depósito para soltar el depósito.

Paso 3:



Enjuague todos los componentes en el fregadero. Guarde todo en la bolsa de transporte. *Nota: Consulte las instrucciones de limpieza completas en el Manual del usuario.*

Cómo funciona

Normalmente, después de una comida, los alimentos viajan al estómago, donde se descomponen en trozos pequeños durante una o dos horas. A continuación, los alimentos pasan al intestino, donde se absorben las calorías y los nutrientes. El sistema AspireAssist funciona eliminando aproximadamente el 25-30% de las calorías del estómago veinte minutos después de comer.

Mantenga su compromiso

Eliminar algunas de las calorías que ingiera producirá una pérdida de peso dramática. Los pacientes más eficaces aspiran entre dos y tres veces al día, después de cada comida principal. Como cualquier programa de adelgazamiento, la terapia de aspiración requiere un sólido compromiso. No se trata de un truco de magia, sino de una herramienta para el éxito. Trace un plan ahora sobre cuándo y dónde encajará la aspiración en su vida diaria.

¡Mastique, mastique, mastique!

Recuerde que todo lo que coma debe poder pasar por los orificios del tubo. Esto requiere más tiempo y paciencia de lo que pueda creer al principio, pero facilita el proceso de aspiración enormemente (y ayuda a comer despacio para sentirse lleno antes). Sabrá si ha masticado lo suficiente cuando el tubo ya no se obstruya con frecuencia y pueda aspirar durante 5-10 minutos.

La importancia de medir el tiempo

El momento ideal para aspirar es unos veinte minutos después de terminar cada comida. Intente aproximarse lo más posible a veinte minutos (considere la posibilidad de poner un despertador que le ayude a acordarse). Si se olvida de aspirar, recuerde que hacerlo una hora más tarde es mejor que no hacerlo en absoluto.

Evite los aperitivos

Inicialmente, es posible que sienta hambre antes de lo normal, a medida que su cuerpo se ajusta al menor consumo de calorías. Debido a que los aperitivos no se aspiran, es importante reducir lo más posible su consumo y comer solo aperitivos saludables y bajos en calorías, como fruta o carnes magras. Asegúrese seguir un horario regular en las comidas, de forma que se siente a tomar una comida sana y equilibrada cuando comience tener hambre de nuevo.

Curva de aprendizaje

Al principio, puede que tenga dificultades para iniciar el flujo de aspiración. No se desanime, ya que con el tiempo aprenderá algunos trucos que le ayudarán en el proceso. Intente algunos de estos trucos:

- Contraiga los músculos abdominales.
- Apriete y suelte el tubo de conexión mientras realiza el drenaje.
- Espere unos segundos tras inyectar el agua para que se mezcle con los alimentos. Presione suavemente el estómago con las manos para ayudar en el proceso de mezcla.

- Beba un vaso de agua justo antes de la aspiración.
- Gire el conector con cuidado para mover los orificios del tubo a una posición nueva en el estómago.

A medida que se acostumbre, le costará cada vez menos realizar la aspiración. No olvide beber suficiente agua durante el día, especialmente con las comidas. Además de hacer que se sienta lleno antes, el agua facilita el comienzo del flujo al aspirar.

¡El éxito genera más éxito!

Junto con la terapia de aspiración recibirá un programa de modificación del estilo de vida a través de su proveedor de servicios sanitarios. Este programa le enseñará a escoger alimentos saludables y a apreciar la importancia de la actividad física. Muchos pacientes descubren que el rápido adelgazamiento inicial logrado con AspireAssist les ayuda a realizar estos cambios positivos.

Supervisión médica

La terapia de aspiración debe realizarse bajo una atenta supervisión médica. Su médico controlará el progreso de su adelgazamiento y su estado general de salud muy de cerca durante el primer año y ocasionalmente a partir de entonces. La evolución de la pérdida de peso y de la aspiración puede causar desequilibrios nutricionales y electrolíticos, por lo que el médico puede recetar medicación, como complementos multivitamínicos y reductores de acidez, para garantizar un equilibrio adecuado. Es muy importante tomar estas medicaciones con regularidad y asegurarse de llevar al día las revisiones médicas programadas. Recuerde que las medicaciones deben tomarse al menos **dos** horas antes de aspirar para garantizar su correcta absorción.

Pautas para extraer el sistema AspireAssist

Es posible que algunos pacientes deseen retirar el sistema AspireAssist una vez que alcancen sus objetivos de pérdida de peso. Los que hayan realizado cambios dramáticos en su estilo de vida pueden hacerlo sin riesgo de volver a ganar peso. Se recomienda a todos los pacientes que interrumpan la aspiración durante al menos dos o tres meses antes de quitarse el sistema AspireAssist para determinar si pueden mantener la pérdida de peso sin él. Muchos pacientes optan por mantener el AspireAssist colocado para asegurarse de mantener su pérdida de peso.

Solución de problemas

Asegúrese de leer el Manual del usuario enteramente antes de comenzar la terapia de aspiración. Si surgen problemas que no se puedan resolver con la información contenida en el Manual del usuario, póngase en contacto con su proveedor de servicios sanitarios.

Καλώς ήλθατε!

Γεια σας!

Συγχαρητήρια που αποφασίσατε να ξεκινήσετε το ταξίδι σας στην απώλεια βάρους με το Σύστημα Θεραπείας Αναρρόφησης AspireAssist®! Είμαστε ενθουσιασμένοι που πήρατε την απόφαση να ξανακερδίσετε τη ζωή και την υγεία σας.

Εάν μοιάζετε με τους περισσότερους ασθενείς του AspireAssist, θα έχετε δοκιμάσει πολλές άλλες δίαιτες που δεν είχαν κανένα μακροπρόθεσμο αποτέλεσμα. Το σύστημα AspireAssist είναι διαφορετικό. Θα χρειαστεί πραγματική προσπάθεια και δέσμευση, αλλά εάν ακολουθήσετε τις βασικές αρχές, μπορεί να αποτελέσει τη χείρα βοηθείας που χρειάζεστε για να επιτύχετε την απώλεια βάρους που θα σας αλλάξει τη ζωή. Διαβάστε προσεκτικά αυτό το φυλλάδιο ώστε να εκμεταλλευτείτε όσο το δυνατόν περισσότερο το σύστημα AspireAssist.

Με τη Θεραπεία αναρρόφησης δεν υπάρχουν περιοριστικές δίαιτες. Μπορείτε να τρώτε κανονικά, υγιεινά γεύματα ενώ θα εξακολουθείτε να χάνετε από μισό έως ένα κιλό την εβδομάδα. Με την πάροδο του χρόνου, θα μάθετε για τον έλεγχο της μερίδας και τα πλεονεκτήματα της τακτικής άσκησης.

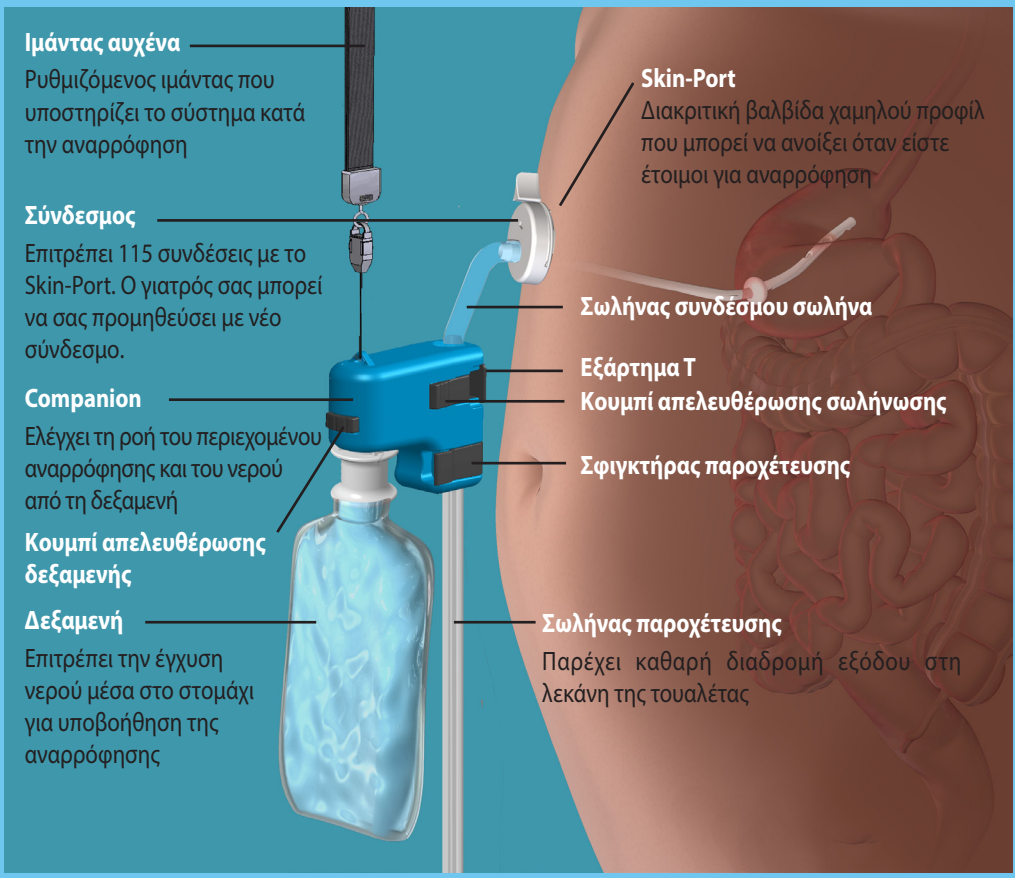
Είμαστε πάντα στο πλευρό σας για να σας βοηθήσουμε στο ταξίδι σας. Εάν χρειάζεστε βοήθεια, επικοινωνήστε με τον τοπικό εξουσιοδοτημένο αντιπρόσωπο της Aspire Bariatrics.

Σας ευχόμαστε καλή επιτυχία στο ταξίδι της απώλειας βάρους με το AspireAssist!

Με εκτίμηση,

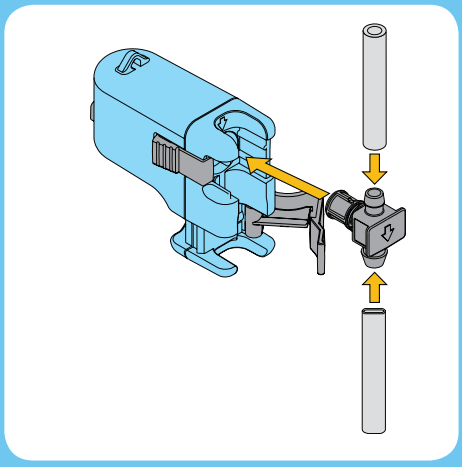
Η Ομάδα της Aspire Bariatrics

ASPIRE Bariatrics


Ιμάντας αυχένα
Ρυθμιζόμενος ιμάντας που υποστηρίζει το σύστημα κατά την αναρρόφηση
Σύνδεσμος
Επιτρέπει 115 συνδέσεις με το Skin-Port. Ο γιατρός σας μπορεί να σας προμηθεύσει με νέο σύνδεσμο.
Companion
Ελέγχει τη ροή του περιεχομένου αναρρόφησης και του νερού από τη δεξαμενή
Κουμπί απελευθέρωσης δεξαμενής
Δεξαμενή
Επιτρέπει την έγχυση νερού μέσα στο στομάχι για υποβοήθηση της αναρρόφησης
Skin-Port
Διακριτική βαλβίδα χαμηλού προφίλ που μπορεί να ανοίξει όταν είστε έτοιμοι για αναρρόφηση
Σωλήνας συνδέσμου σωλήνα
Εξάρτημα T
Κουμπί απελευθέρωσης σωλήνωσης
Σφιγκτήρας παροχέτευσης
Σωλήνας παροχέτευσης
Παρέχει καθαρή διαδρομή εξόδου στη λεκάνη της τουαλέτας

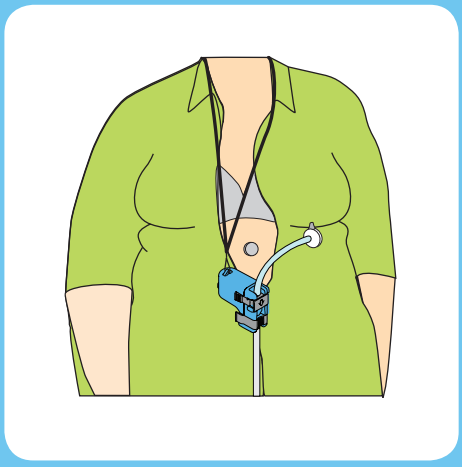
Ρύθμιση του AspireAssist

Βήμα 1:



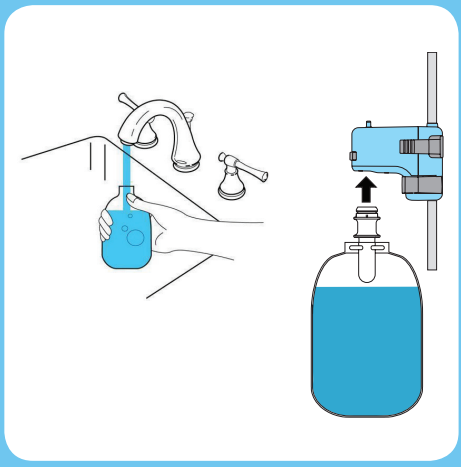
Προσαρτήστε το Σωλήνα συνδέσμου και το Σωλήνα παροχέτευσης στο Εξάρτημα T, και κατόπιν εισάγετε στο Companion με το βέλος να δείχνει προς τα κάτω.

Βήμα 2:



Αναρτήστε το σύστημα γύρω από το λαιμό χρησιμοποιώντας τον ιμάντα αυχένα.

Βήμα 3:



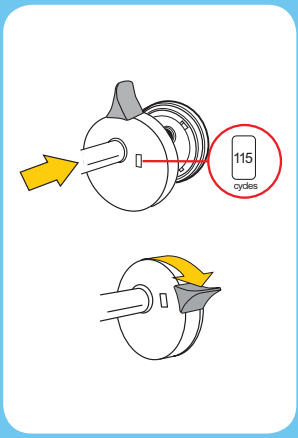
Γεμίστε τη Δεξαμενή με νερό και προσαρτήστε την στο Companion.

Βήμα 4:

Τοποθετήστε το σύστημα επάνω από τη λεκάνη της τουαλέτας, κρατώντας το σωλήνα παροχέτευσης επάνω από το επίπεδο του νερού.

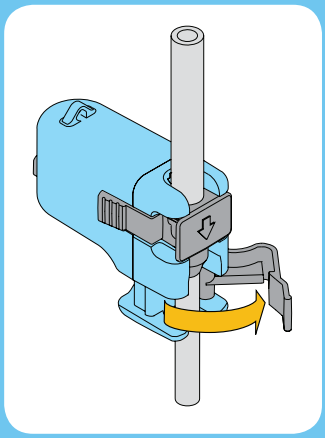
Λειτουργία

Βήμα 1:



Με το Σφιγκτήρα παροχέτευσης κλειστό, προσαρτήστε το Σύνδεσμο στο Skin-Port και περιστρέψτε το μοχλό δεξιόστροφα.

Βήμα 2:



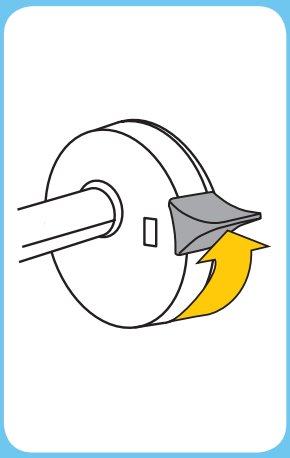
Ανοίξτε το Σφιγκτήρα παροχέτευσης για να ξεκινήσει η παροχέτευση.

Βήμα 3:

Αφού ξεκινήσει η παροχέτευση, κλείστε το Σφιγκτήρα παροχέτευσης και πιέστε τη Δεξαμενή για να χυθεί περίπου ένα τέταρτο νερού μέσα στο στομάχι. Επαναλάβετε τα βήματα 2 και 3 μέχρι να εκρέει καθαρό νερό και να νιώθετε κενό το στομάχι σας.

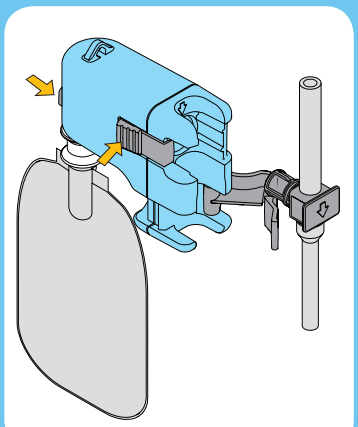
Αποσύνδεση και ξέπλυμα

Βήμα 1:



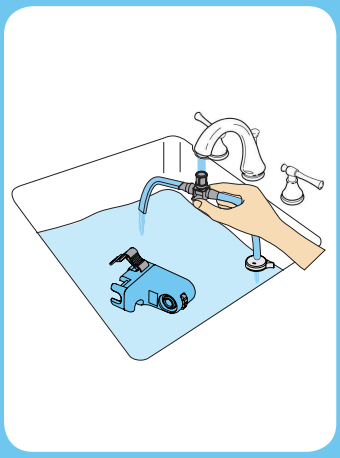
Περιστρέψτε το μοχλό αριστερόστροφα για να αποσυνδέσετε το Σύνδεσμο.

Βήμα 2:



Ανοίξτε το Σφιγκτήρα παροχέτευσης και πατήστε το Κουμπί απελευθέρωσης σωλήνωσης για να αφαιρέσετε το Εξάρτημα Τ και τη σωλήνωση. Πατήστε το κουμπί απελευθέρωσης δεξαμενής για να απελευθερώσετε τη Δεξαμενή.

Βήμα 3:



Ξεπλύνετε όλα τα εξαρτήματα στο νεροχύτη. Αποθηκεύστε σε θήκη μεταφοράς. *Σημείωση: Βλέπε Εγχειρίδιο χρήστη για πλήρεις οδηγίες καθαρισμού.*

Τρόπος λειτουργίας

Κανονικά, μετά από την κατανάλωση ενός γεύματος, η τροφή πηγαίνει στο στομάχι, όπου διασπάται σε μικρά κομμάτια σε χρονικό διάστημα μίας έως δύο ωρών. Στη συνέχεια, η τροφή πηγαίνει στα έντερα όπου απορροφώνται οι θερμίδες και τα θρεπτικά στοιχεία. Το AspireAssist λειτουργεί αφαιρώντας 25-30% περίπου των θερμίδων από το στομάχι σας είκοσι λεπτά μετά το φαγητό.

Απαιτείται δέσμευση

Η εξάλειψη μερικών από τις θερμίδες που καταναλώνετε θα οδηγήσει σε δραματική απώλεια βάρους. Οι πιο επιτυχημένοι ασθενείς κάνουν αναρρόφηση δύο έως τρεις φορές την ημέρα, μετά από κάθε κύριο γεύμα. Η Θεραπεία Αναρρόφησης απαιτεί δέσμευση, όπως κάθε άλλο πρόγραμμα απώλειας βάρους! Δεν είναι μαγική σφαίρα, αλλά ένα εργαλείο επιτυχίας. Φτιάξτε από τώρα πρόγραμμα για το χρόνο και τον τόπο που θα προσαρμόσετε την αναρρόφηση μέσα στην καθημερινότητά σας.

Μάσηση, μάσηση, μάσηση!

Θυμηθείτε ότι όλα όσα τρώτε χρειάζεται να χωρούν από τις τρύπες του σωλήνα. Αυτό απαιτεί περισσότερο χρόνο και υπομονή απ' ό,τι μπορεί να νομίζετε στην αρχή, αλλά κάνει τη διαδικασία αναρρόφησης πολύ ευκολότερη (και σας βοηθά να τρώτε αργά και να χορταίνετε γρηγορότερα). Θα ξέρετε ότι μασήσατε αρκετά όταν πλέον ο σωλήνας δεν φράζει συχνά και μπορείτε να τελειώσετε την αναρρόφηση σε 5-10 λεπτά.

Ο σωστός χρόνος έχει σημασία

Ο ιδανικός χρόνος για αναρρόφηση είναι περίπου είκοσι λεπτά αφού ολοκληρώνετε κάθε γεύμα. Θα πρέπει να στοχεύετε όσο το δυνατόν πιο κοντά στα είκοσι λεπτά – εξετάστε ακόμα και την πιθανότητα χρήσης ξυπνητηριού για να σας βοηθήσει να το θυμάστε. Εάν ξεχάσετε, να θυμάστε ότι η αναρρόφηση έστω και μία ώρα αργότερα είναι καλύτερη από το να μην κάνετε καθόλου αναρρόφηση!

Ελαχιστοποίηση των σνακ

Αρχικά, μπορεί να νοιώσετε πείνα νωρίτερα, καθώς θα προσαρμόζεται ο οργανισμός σας στη μειωμένη απορρόφηση θερμίδων. Επειδή τα σνακ δεν αναρροφώνται, είναι σημαντικό να ελαχιστοποιήσετε τον αριθμό των σνακ και να τρώτε υγιεινά σνακ χαμηλής θερμιδικής αξίας όπως φρούτα ή κρέας χωρίς λιπαρά. Βεβαιωθείτε ότι τρώτε τακτικά γεύματα, έτσι ώστε να κάθεστε στο τραπέζι για να φάτε ένα υγιεινό, ισορροπημένο γεύμα όταν αρχίσετε να πεινάτε ξανά.

Καμπύλη μάθησης

Στην αρχή, μπορεί να αντιμετωπίσετε προβλήματα με την έναρξη της ροής της αναρρόφησης. Μην αποθαρρύνεστε - με την πάροδο του χρόνου θα μάθετε κόλπα που βοηθούν στη διαδικασία. Ορίστε μερικά από αυτά για να δοκιμάσετε:

- Πιέζετε τους κοιλιακούς μύες.
- Πιέζετε και απελευθερώνετε το Σωλήνα συνδέσμου κατά την παροχέτευση.

- Περιμένετε λίγα δευτερόλεπτα αφού εγχύσετε νερό ώστε να το αφήσετε να αναμιχθεί με την τροφή. Πιέστε απαλά το στομάχι σας με τα χέρια σας για να βοηθήσετε τη διαδικασία ανάμιξης.
- Πιείτε ένα ποτήρι νερό μόλις πριν την αναρρόφηση.
- Περιστρέψτε μαλακά το Σύνδεσμο για να μετακινήσετε τις τρύπες του σωλήνα σε νέα θέση στο στομάχι σας.

Καθώς θα εξοικειώνεστε, η αναρρόφηση θα έχει μικρότερη διάρκεια. Μην ξεχνάτε να πίνετε πολύ νερό καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας και ιδιαίτερα μαζί με τα γεύματα. Όχι μόνο θα χορταίνετε πιο γρήγορα, αλλά το νερό θα βοηθά να ξεκινάει η ροή κατά την αναρρόφηση.

Η επιτυχία γεννά επιτυχία!

Με τη Θεραπεία Αναρρόφησης θα σας δοθεί από το γιατρό σας ένα πρόγραμμα τροποποίησης του τρόπου ζωής σας. Με αυτό το πρόγραμμα, θα μάθετε για τις επιλογές υγιεινής διατροφής και τη σημασία της φυσικής δραστηριότητας. Πολλοί ασθενείς ανακαλύπτουν ότι η πρώιμη απώλεια βάρους με το AspireAssist τους βοηθά να πραγματοποιήσουν αυτές τις θετικές αλλαγές.

Ιατρική παρακολούθηση

Η Θεραπεία Αναρρόφησης πρέπει να εκτελείται υπό στενή ιατρική παρακολούθηση. Ο γιατρός σας θα παρακολουθεί πολύ στενά την πρόοδο της απώλειας βάρους και τη γενική σας υγεία κατά το πρώτο έτος και περιστασιακά στη συνέχεια. Τόσο η εξέλιξη της απώλειας βάρους όσο και της αναρρόφησης μπορεί να προκαλέσουν ανισορροπία στα θρεπτικά στοιχεία και τους ηλεκτρολύτες, γι' αυτό ο γιατρός σας ενδέχεται να συνταγογραφήσει φάρμακα όπως μια πολυβιταμίνη ή/και ένα φάρμακο μείωσης των οξέων για τη διασφάλιση της σωστής ισορροπίας. Είναι πολύ σημαντικό να λαμβάνετε τακτικά αυτά τα φάρμακα και να τηρείτε τους προγραμματισμένους ελέγχους στο γιατρό σας. Να θυμάστε ότι τα φάρμακα πρέπει να λαμβάνονται τουλάχιστον **δύο** ώρες πριν από την αναρρόφηση ώστε να διασφαλίζεται ότι απορροφώνται από τον οργανισμό.

Οδηγίες για την αφαίρεση του AspireAssist

Κάποιοι ασθενείς μπορεί να θελήσουν να αφαιρέσουν το AspireAssist όταν φθάσουν στο στόχο της απώλειας βάρους. Εάν έχετε κάνει δραματικές αλλαγές στον τρόπο ζωής σας, αυτό μπορεί να είναι εφικτό χωρίς να πάρετε πάλι βάρος. Συνιστάται σε όλους τους ασθενείς να κάνουν ένα διάλειμμα στην αναρρόφηση για δύο έως τρεις μήνες τουλάχιστον προτού αφαιρέσουν το AspireAssist, για να προσδιοριστεί εάν μπορούν να διατηρήσουν την απώλεια βάρους χωρίς αυτό. Πολλοί ασθενείς επιλέγουν τη διατήρηση του AspireAssist για να διασφαλίσουν ότι θα διατηρήσουν την απώλεια βάρους.

Αντιμετώπιση προβλημάτων

Διαβάστε όλο το Εγχειρίδιο χρήστη πριν αρχίσετε τη Θεραπεία Αναρρόφησης. Εάν αντιμετωπίσετε προβλήματα που δεν μπορούν να επιλυθούν με τις πληροφορίες που περιέχονται στο Εγχειρίδιο χρήστη, επικοινωνήστε με το γιατρό σας.

Vítejte!

Zdravíme Vás!

Blahopřejeme Vám k zahájení Vaší cesty ke snížení váhy s podporou systému pro léčbu odsáváním žaludečního obsahu AspireAssist®! Jsme nadšeni Vaším rozhodnutím získat zpět zdraví a život.

Jestliže se podobáte ostatním pacientům, kteří používají systém AspireAssist, vyzkoušel(a) jste mnoho jiných diet, ale žádná z nich Vám dlouhodobě nepomohla. Systém AspireAssist je jiný. Vyžaduje skutečné úsilí a odhodlání, pokud však se budete řídit základními zásadami, může představovat pomocnou ruku, kterou potřebujete, abyste dosáhl(a) váhového úbytku, který Vám změní život. Přečtěte si prosím pečlivě tuto brožuru, aby bylo jisté, že pomoc systému AspireAssist maximálně využijete.

Léčba odsáváním žaludečního obsahu nevyžaduje žádné omezující diety. Můžete jíst normální zdravou stravu a pokračovat ve váhovém úbytku půl kilogramu až jeden kilogram za týden. Časem se naučíte, jak regulovat porce a využít výhod pravidelného cvičení.

Jsme zde proto, abychom Vám na této cestě pomohli. Pokud budete potřebovat pomoc, kontaktujte prosím místního autorizovaného zástupce společnosti Aspire Bariatrics.

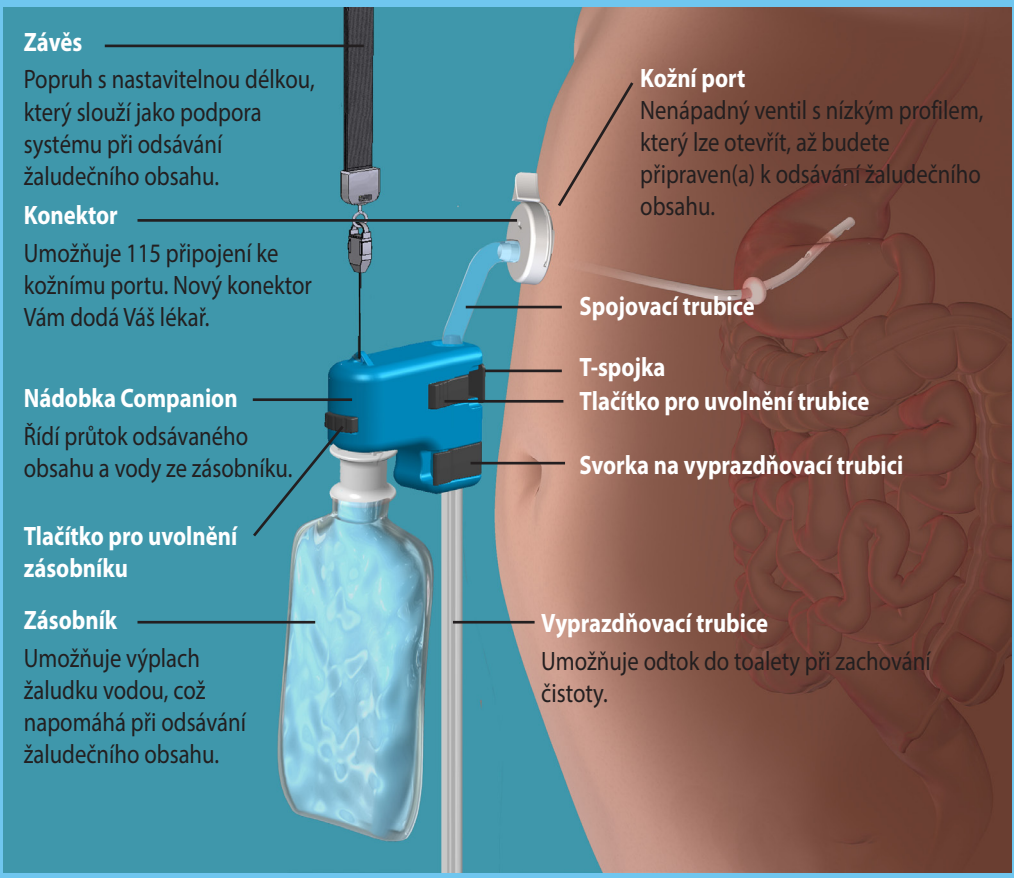
Přejeme Vám co nejvíce štěstí na cestě ke snížení váhy s podporou systému AspireAssist!

S pozdravem

tým společnosti Aspire Bariatrics

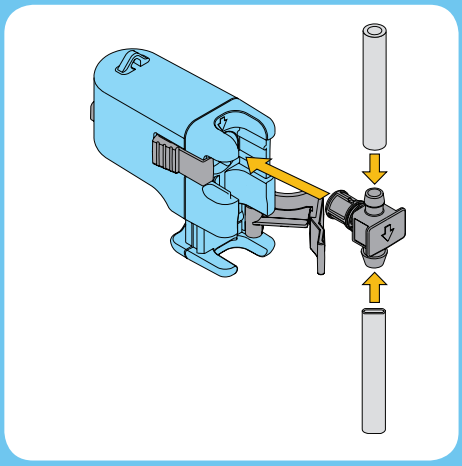
ASPIRE bariatrics

Seznámení se systémem AspireAssist®


Závěs
Popruh s nastavitelnou délkou, který slouží jako podpora systému při odsávání žaludečního obsahu.
Konektor
Umožňuje 115 připojení ke kožnímu portu. Nový konektor Vám dodá Váš lékař.
Nádobka Companion
Řídí průtok odsávaného obsahu a vody ze zásobníku.
Tlačítko pro uvolnění zásobníku
Zásobník
Umožňuje výplach žaludku vodou, což napomáhá při odsávání žaludečního obsahu.
Kožní port
Nenápadný ventil s nízkým profilem, který lze otevřít, až budete připraven(a) k odsávání žaludečního obsahu.
Spojovací trubice
T-spojka
Tlačítko pro uvolnění trubice
Svorka na vyprazdňovací trubici
Vyprazdňovací trubice
Umožňuje odtok do toalety při zachování čistoty.

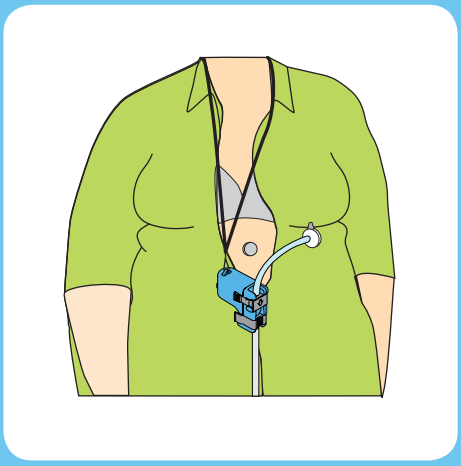
Sestavení systému AspireAssist

Krok 1:



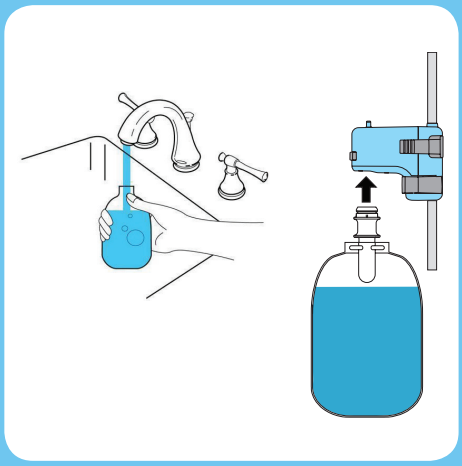
Připojte spojovací trubici a vyprazdňovací trubici k T-spojce. Poté připojte nádobku Companion tak, aby šipka směřovala dolů.

Krok 2:



Pomocí závěsu si zavěste systém kolem krku.

Krok 3:



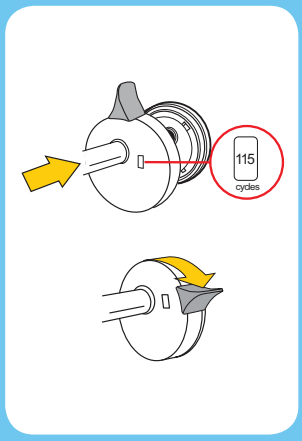
Naplňte zásobník vodou a připojte ho k nádobce Companion.

Krok 4:

Umístěte systém nad toaletu, držte vyprazdňovací trubici nad vodní hladinou.

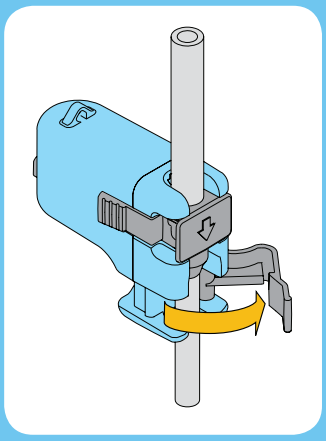
Zacházení

Krok 1:



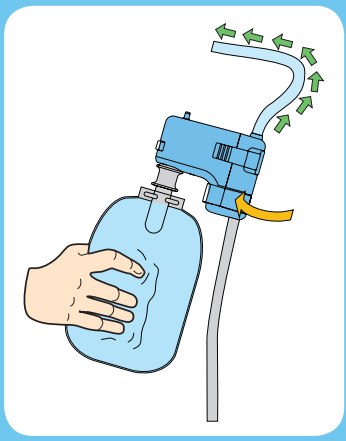
Při zavřené svorce na vyprazdňovací trubici připojte konektor ke kožnímu portu a otáčejte páčkou po směru hodinových ručiček.

Krok 2:



Otevřením svorky na vyprazdňovací trubici zahajte vyprazdňování.

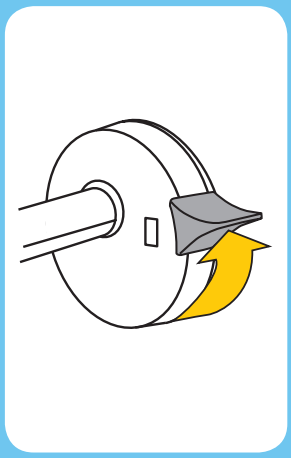
Krok 3:



Jakmile vyprazdňování ustane, zavřete svorku na vyprazdňovací trubici a stisknutím zásobníku vstříkněte do žaludku přibližně čtvrtinu vody. Opakujte kroky 2 a 3, až bude z vyprazdňovací trubice vytékat čirá voda a pocítíte, že žaludek je prázdný.

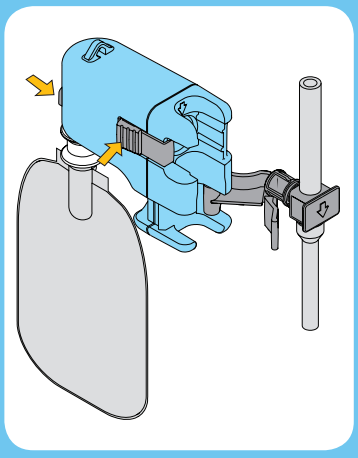
Odpojení a vypláchnutí

Krok 1:



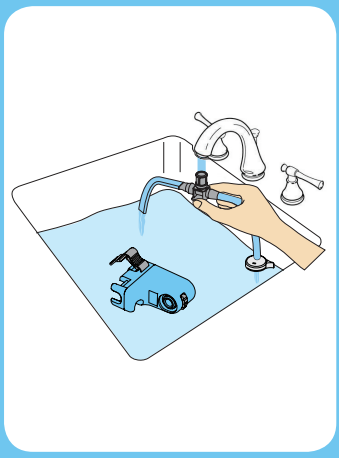
Otáčením páčky proti směru hodinových ručiček odpojte konektor.

Krok 2:



Otevřete svorku na vyprazdňovací trubici a po stisknutí tlačítka pro uvolnění trubice rozeberte T-spojku a trubici. Stisknutím tlačítka pro uvolnění zásobníku uvolněte zásobník.

Krok 3:



Všechny komponenty vypláchněte v umyvadle. Uložte je do transportní brašny. *Poznámka: Úplné pokyny k čištění naleznete v uživatelské příručce.*

Jak systém funguje

Za obvyklých okolností se po konzumaci jídla potrava přemístí do žaludku, kde je v průběhu jedné až dvou hodin rozmělněna na malé kousky. V dalším kroku se potrava přemístí do střev, kde jsou absorbovány kalorie a živiny. Systém AspireAssist pracuje tak, že za dvacet minut poté, co se najíte, odstraní z Vašeho žaludku přibližně 25–30 % kalorií.

Vytrvejte

Odstranění části kalorií, které sníte, povede k dramatickému úbytku na váze. Nejúspěšnější pacienti si odsávají žaludeční obsah dvakrát až třikrát denně, po každém větším jídle. Používání léčby odsáváním žaludečního obsahu vyžaduje vytrvalost, stejně jako je tomu u jiných programů usilujících o váhový úbytek! Nejedná se o kouzlo, ale o nástroj, s jehož pomocí můžete dosáhnout úspěchu. Naplánujte si už teď, na jakou dobu a na jaké místo ve svém každodenním životě zařadíte odsávání žaludečního obsahu.

Kousejte, kousejte, kousejte!

Pamatujte, že je třeba, aby všechna potrava, kterou sníte, mohla projít otvory v trubici. To vyžaduje více času a trpělivosti, než se vám zpočátku zdá, ale velmi to usnadní odsávání (a pomůže vám to, abyste jedli pomaleji a dříve se cítili nasyceni). Že byla potrava dostatečně pokousána poznáte podle toho, že se trubice nebude často ucpávat a aspiraci lze provést během 5–10 minut.

Načasování

Ideální dobou k odsávání žaludečního obsahu je za dvacet minut po skončení jednotlivých jídel. Snažte se, abyste se co nejvíce přiblížil(a) dvaceti minutám – můžete si nastavit budík, který Vám tuto dobu připomene. Pokud zapomenete, mějte na paměti, že odsávání za hodinu je stále lepší než žádné odsávání!

Jezte co nejméně svačin

V období přizpůsobování Vašeho těla snížené absorpci kalorií budete zpočátku možná dříve pociťovat hlad. Protože odsávání svačin se neprovádí, je důležité minimalizovat počet svačin a jíst zdravé svačiny obsahující co nejméně kalorií, jako například ovoce nebo libové maso. Nezapomeňte jíst pravidelně a dbejte, abyste při příštím pocitu hladu zasedl(a) ke zdravému a vyváženému jídlu.

Křivka učení

Zpočátku pro Vás možná bude obtížné docílit zahájení toku při odsávání žaludečního obsahu. Nenechte se odradit – časem se naučíte některé triky, které vám postup usnadní. Můžete vyzkoušet například tyto:

- Stiskněte břišní svaly.
- Při vyprazdňování střídavě stiskněte a uvolněte spojovací trubici.
- Po vstříknutí vody několik sekund vyčkejte, aby se voda mohla smíchat s jídlem. Promíchání pomůžete, jestliže se jemně zatlačíte rukama na žaludek.

- Těsně před odsáváním vypijte sklenici vody.
- Opatrně otáčejte konektorem, aby se otvory v trubici dostaly ve vašem žaludku do nové polohy.

Až si zvyknete, bude Vám odsávání žaludečního obsahu trvat kratší dobu. Nezapomeňte přes den pít velké množství vody, zejména při jídle. Budete se dříve cítit nasycen(a) a voda Vám pomůže zahájit tok při odsávání žaludečního obsahu.

Úspěch plodí úspěch!

Spolu se systémem pro léčbu odsáváním žaludečního obsahu Vás zdravotník, který o Vás pečuje, seznámí s programem změny životního stylu. Tento program Vám umožní seznámit se s možnostmi zdravého stravování a významem fyzické aktivity. Mnoho pacientů zjišťuje, že jim časný váhový úbytek, kterého dosáhnou pomocí systému AspireAssist, pomáhá s prováděním dalších pozitivních změn.

Lékařské sledování

Léčba odsáváním žaludečního obsahu musí být prováděna pod pečlivým lékařským dohledem. Váš lékař bude v prvním roce velmi pečlivě a v následujících letech příležitostně sledovat, jak váhový úbytek postupuje, i Váš celkový zdravotní stav. Váhový úbytek i odsávání mohou způsobit nerovnováhu živin a elektrolytů, takže Vám Váš lékař možná předepíše léky, jako jsou například multivitamíny a/nebo léky snižující kyselost, aby byla zajištěna správná rovnováha. Pravidelné užívání těchto léků a absolvování naplánovaných lékařských kontrol je velmi důležité. Mějte na paměti, že léky je nutné užívat **dvě** hodiny před odsáváním, aby bylo jisté, že je tělo správně vstřebalo.

Pokyny pro vyjmutí systému AspireAssist

Někteří pacienti si mohou přát, aby byl systém AspireAssist po dosažení požadovaného váhového úbytku z jejich těla odstraněn. Pokud jste dramaticky změnil(a) svůj způsob života, je to možné bez opětovného váhového přírůstku. Všem pacientům doporučujeme, aby před vyjmutím systému AspireAssist přestali s odsáváním nejméně na dobu dvou až tří měsíců, aby zjistili, zda dokáží udržet váhový úbytek bez použití tohoto systému. Mnoho pacientů si raději systém AspireAssist ponechá, aby bylo zajištěno, že si udrží váhový úbytek.

Řešení problémů

Před zahájením léčby odsáváním si přečtěte celou uživatelskou příručku. Pokud budete mít jakýkoli problém, který nelze vyřešit pomocí informací obsažených v uživatelské příručce, obraťte se na ošetřujícího zdravotnického pracovníka.

Bem-vindo!

Olá,

Parabéns por iniciar a perda de peso com o Sistema de Terapêutica de Aspiração AspireAssist®! É com imenso prazer que verificamos que tomou a decisão de recuperar a sua vida e a sua saúde.

Se for como muitos dos pacientes que usam o AspireAssist, já experimentou várias dietas sem quaisquer resultados a longo prazo. O AspireAssist é diferente. Exige muito esforço e dedicação, mas se seguir os princípios básicos, torna-se na mão amiga de que necessita para a realizar a perda o peso que mudará a sua vida. Leia com atenção o folheto para poder tirar o melhor partido do seu AspireAssist.

A Terapêutica de Aspiração não obriga a qualquer dieta restritiva. Pode comer alimentos normais e saudáveis e continuar a perder meio quilograma ou um quilograma por semana. Com o tempo, aprenderá a controlar as porções e descobrirá as vantagens de praticar exercício regularmente.

Estaremos sempre aqui para o ajudar ao longo de todo o percurso. Se necessitar de assistência, queira contactar o representante local autorizado da Aspire Bariatrics.

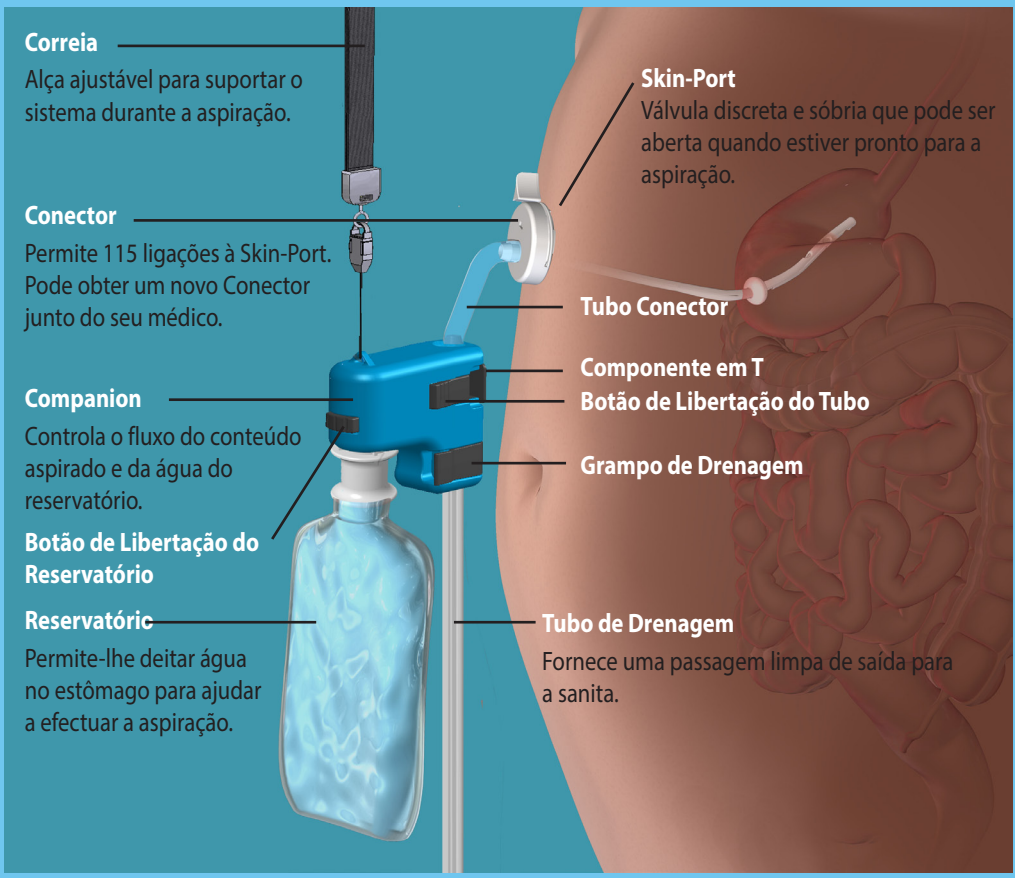
Desejamos-lhe muita sorte durante todo o processo de perda de peso com o AspireAssist!

Com os melhores cumprimentos,

A Equipa da Aspire Bariatrics

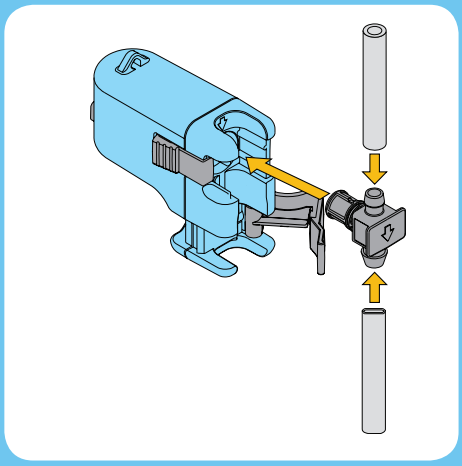
ASPIRE
bariatrics

Descrição do AspireAssist®


Correia
Alça ajustável para suportar o sistema durante a aspiração.
Skin-Port
Válvula discreta e sóbria que pode ser aberta quando estiver pronto para a aspiração.
Conector
Permite 115 ligações à Skin-Port. Pode obter um novo Conector junto do seu médico.
Tubo Conector
Componente em T
Botão de Libertação do Tubo
Companion
Controla o fluxo do conteúdo aspirado e da água do reservatório.
Grampo de Drenagem
Botão de Libertação do Reservatório
Reservatório
Permite-lhe deitar água no estômago para ajudar a efectuar a aspiração.
Tubo de Drenagem
Fornece uma passagem limpa de saída para a sanita.

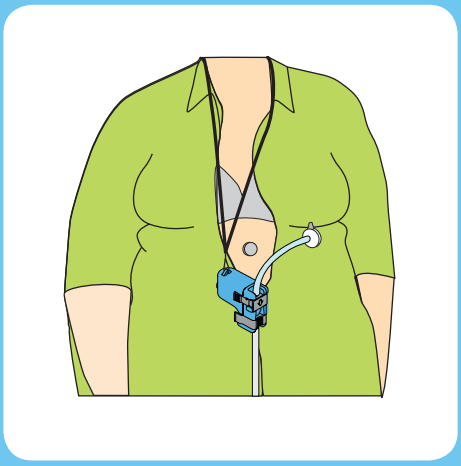
Preparação do AspireAssist

Passo 1:



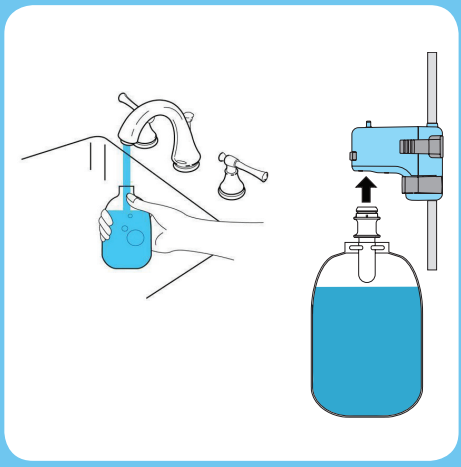
Fixe o Tubo do Conector e o Tubo de Drenagem ao Componente em T e depois encaixe no Companion com a seta a apontar para baixo.

Passo 2:



Coloque a correia do sistema no pescoço.

Passo 3:



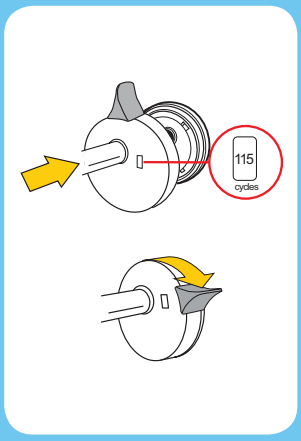
Encha o Reservatório com água e fixe-o ao Companion.

Passo 4:

Posicione o sistema sobre a sanita, mantendo o tubo de drenagem acima do nível da água.

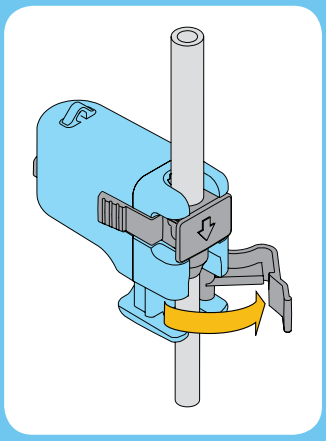
Funcionamento

Passo 1:



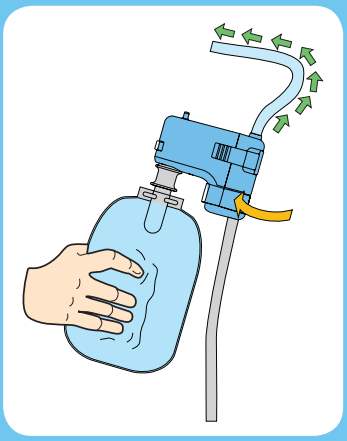
Com o Grampo de Drenagem fechado, fixe o Conector ao Skin-Port e rode a patilha no sentido dos ponteiros do relógio.

Passo 2:



Abra o Grampo de Drenagem para iniciar a drenagem.

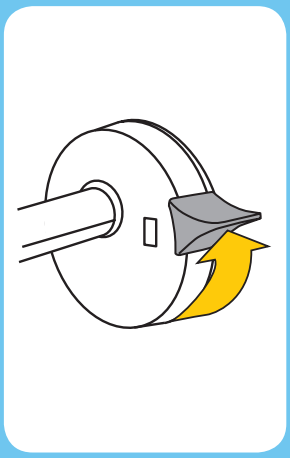
Passo 3:



Quando a drenagem parar, feche o Grampo de Drenagem e aperte o Reservatório para irrigar cerca de um quarto da água para o estômago. Repita os passos 2 e 3 até ver sair água transparente e sentir o estômago vazio.

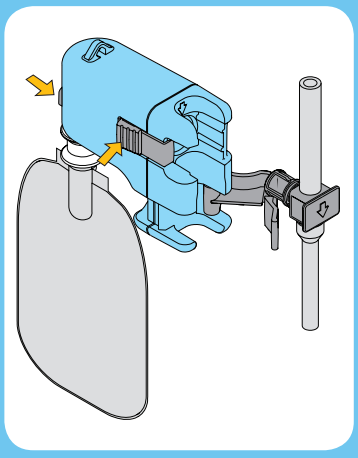
Desconectar e Lavar

Passo 1:



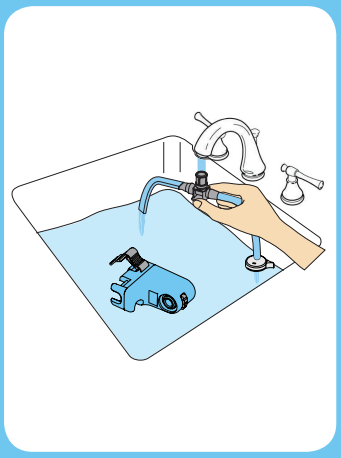
Rode a patilha no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio para desligar o Conector.

Passo 2:



Abra o Grampo de Drenagem e prima o botão para Libertar o Tubo para remover o Componente em T e tubos. Prima o botão de libertação do reservatório para libertar o Reservatório.

Passo 3:



Lave todos os componentes no lavatório. Guarde na mala de transporte. *Nota: Consulte o Manual do Utilizador para as instruções de limpeza completas.*

Funcionamento

Normalmente, após uma refeição, os alimentos descem para o estômago onde são triturados em pedaços pequenos durante uma a duas horas. De seguida, os alimentos são transportados para os intestinos onde as calorias e os nutrientes são absorvidos. O AspireAssist tem como finalidade remover cerca de 25-30% das calorias do estômago, vinte minutos após a refeição.

Honre o compromisso

A eliminação de algumas das calorias ingeridas conduzirá a uma perda de peso significativa. Os pacientes mais bem sucedidos efectuam a aspiração duas a três vezes ao dia, após cada refeição principal. À semelhança de outros programas de perda de peso, a Terapêutica de Aspiração exige empenhamento! Não se trata de uma fórmula mágica, mas antes de uma ferramenta de sucesso. Elabore um plano com a data e o local em que incluirá a aspiração no seu dia-a-dia.

Mastigue, Mastigue, Mastigue!

Lembre-se que tudo o que come tem que caber nos orifícios presentes no tubo. Tal requer mais tempo e paciência do que poderá pensar no início, mas facilita muito o processo de aspiração (e ajuda-o a comer lentamente, pelo que se irá sentir cheio mais rapidamente). Sabe que mastigou o suficiente quando o tubo não entope com frequência e consegue aspirar em 5 a 10 minutos.

A hora é importante

O momento ideal para efectuar a aspiração é cerca de vinte minutos após o fim de cada refeição. Mantenha-se o mais fiel possível aos vinte minutos – considere a possibilidade de utilizar um despertador para se lembrar. Se se esquecer, é sempre preferível efectuar a aspiração uma hora mais tarde a não a efectuar!

Reduza os lanches

Inicialmente, poderá sentir fome mais cedo, uma vez que o seu corpo estará a adaptar-se à reduzida absorção de calorias. Como os lanches não são aspirados, é importante reduzir o número de lanches e ingerir lanches saudáveis e com poucas calorias, como uma peça de fruta ou carnes magras. Certifique-se de que faz as suas refeições a horas certas, para poder sentar-se e ingerir uma refeição saudável e equilibrada quando voltar a sentir fome.

Curva de aprendizagem

Inicialmente, pode ter dificuldades em iniciar o fluxo de aspiração. Não desanime – com o tempo, irá aprender truques para o ajudarem no processo. Eis alguns que poderá experimentar:

- Apertar os músculos abdominais.
- Apertar e libertar o Tubo do Conector durante a drenagem.

- Esperar alguns segundos depois de infundir água para permitir que esta se misture com os alimentos. Pressionar suavemente o estômago com as mãos para ajudar no processo de mistura.
- Beber um copo de água imediatamente antes de aspirar.
- Rodar suavemente o Conector para mover os orifícios do tubo para uma nova posição no seu estômago.

À medida que se sentir mais à vontade, a aspiração demorará menos tempo. Não se esqueça de beber muita água ao longo do dia e, especialmente, durante as refeições. Para além de o fazer sentir-se mais cheio, a água ajudará a iniciar o fluxo quando efectuar a aspiração.

Sucesso gera sucesso!

Ser-lhe-á fornecido um programa para mudança do estilo de vida com a Terapêutica de Aspiração pelo profissional de saúde. Com esse programa, aprenderá a fazer escolhas alimentares saudáveis e a conhecer a importância da actividade física. Muitos pacientes consideram que o recurso precoce ao AspireAssist para perder peso os ajuda a efectuar estas mudanças positivas.

Acompanhamento médico

A Terapêutica de Aspiração deve ser efectuada sob vigilância médica apertada. O seu médico acompanhará de perto a evolução da perda de peso e o seu estado geral de saúde no primeiro ano e, ocasionalmente, a partir do primeiro ano. A evolução da perda de peso e da aspiração pode causar um desequilíbrio em termos de nutrientes e electrólitos, pelo que o seu médico poderá prescrever-lhe alguns fármacos, como multivitamínicos e/ou medicamentos redutores de ácidos, para garantir um equilíbrio apropriado. É muito importante tomar esta medicação com regularidade e certificar-se de que segue as consultas de rotina. De notar que a medicação deve ser tomada pelo menos **duas** horas antes da aspiração para permitir a sua absorção pelo corpo.

Instruções para remoção do AspireAssist

Alguns pacientes podem querer remover o AspireAssist depois de terem atingido os respectivos objectivos de perda de peso. Se tiver alterado drasticamente o seu estilo de vida, poderá removê-lo sem voltar a ganhar peso. Recomendamos contudo que os pacientes façam uma pausa na aspiração durante pelo menos dois ou três meses antes de procederem à remoção do AspireAssist para determinar se conseguem manter o peso sem o mesmo. Muitos pacientes optam por manter o AspireAssist para se certificarem de que conseguem manter o peso.

Resolução de problemas

Leia o Manual do Utilizador na íntegra antes de iniciar a Terapêutica de Aspiração. Se tiver algum problema que não consiga resolver com as informações contidas no Manual do Utilizador, contacte o seu profissional de saúde.

Hoş geldiniz!

Merhaba!

AspireAssist® Aspirasyon Tedavisi Sistemi ile kilo verme yolculuğunuza başladığınız için sizi tebrik ederiz! Hayatınızı ve sağlığınızı yeniden kazanmak için verdiğiniz karar için çok sevinçliyiz.

Eğer siz de AspireAssist hastalarının çoğu gibiyseniz, uzun zamandır size bir yararı dokunmamış birçok diyet programı denemişsinizdir. AspireAssist farklıdır. Gerçek bir çaba ve bağlılık gerekecektir ancak temel ilkelere uyduğunuz takdirde, yaşamınızı değiştirecek kilo kaybını gerçekleştirmeniz için yardımcı bir el olabilir. AspireAssist cihazınızdan en iyi şekilde yararlandığınızdan emin olmak için, lütfen bu kitapçığı dikkatlice okuyun.

Aspirasyon Tedavisi'nde kısıtlayıcı diyet programları yoktur. Haftada yarım ila bir kilogram arasında kilo vermeye devam ederken normal, sağlıklı yemekler yiyebilirsiniz. Zamanla porsiyon kontrolünü ve düzenli egzersizlerin yararlarını öğreneceksiniz.

Yolculuğunuz süresince yardımcı olmak için daima burada olacağız. Yardıma ihtiyaç duyduğunuzda, lütfen bölgesel yetkili Aspire Bariatrics temsilciniz ile irtibat kurun.

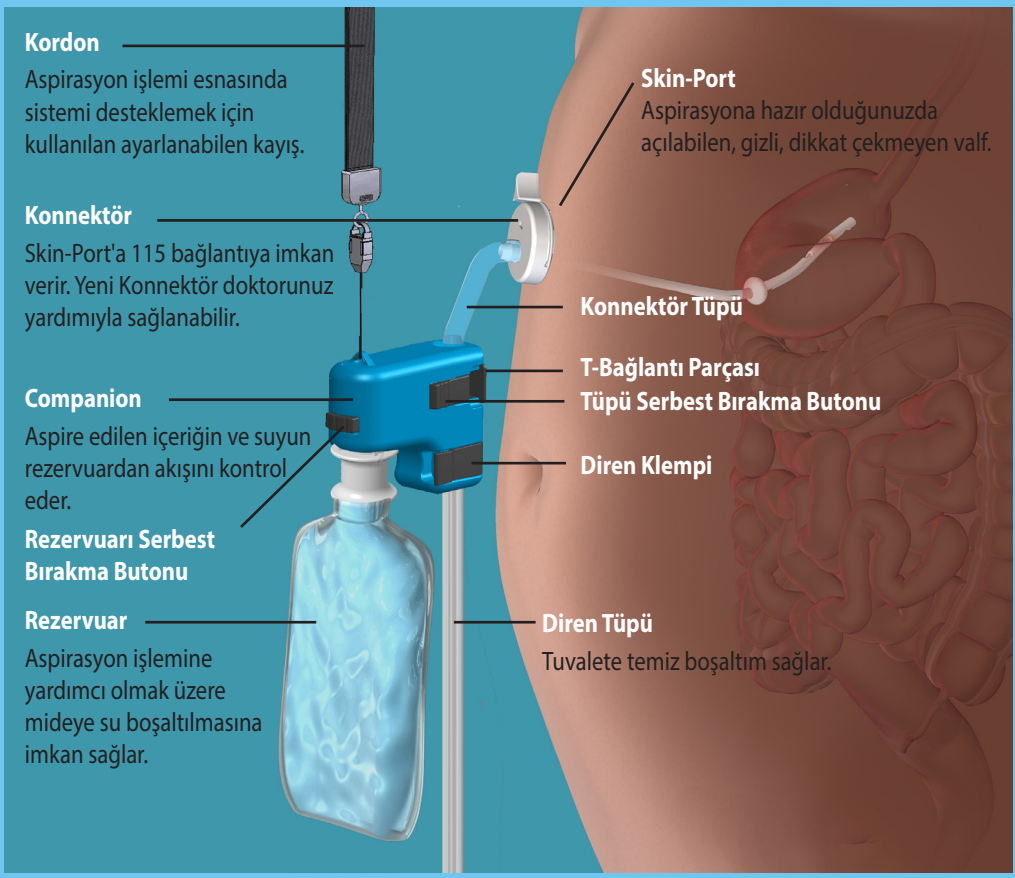
AspireAssist ile başlamış olduğunuz kilo verme yolculuğunuzda size bol şanslar diliyoruz!

Saygılarımızla,

Aspire Bariatrics Ekibi

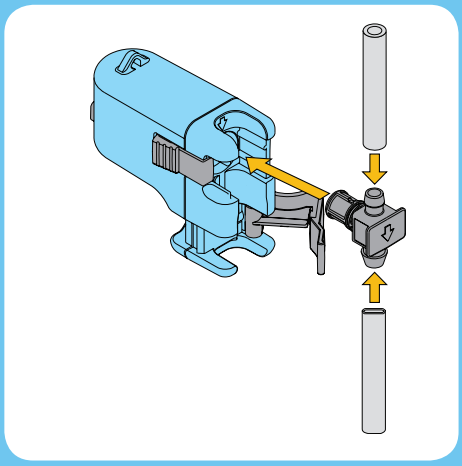
ASPIRE bariatrics

AspireAssist® Sistemini Tanıyalım


Kordon
Aspirasyon işlemi esnasında sistemi desteklemek için kullanılan ayarlanabilen kayış.
Konnektör
Skin-Port'a 115 bağlantıya imkan verir. Yeni Konnektör doktorunuz yardımıyla sağlanabilir.
Companion
Aspire edilen içeriğin ve suyun rezervuardan akışını kontrol eder.
Rezervuarı Serbest Bırakma Butonu
Rezervuar
Aspirasyon işlemine yardımcı olmak üzere mideye su boşaltılmasına imkan sağlar.
Skin-Port
Aspirasyona hazır olduğunuzda açılabilen, gizli, dikkat çekmeyen valf.
Konnektör Tüpü
T-Bağlantı Parçası
Tüpü Serbest Bırakma Butonu
Diren Klempi
Diren Tüpü
Tuvalete temiz boşaltım sağlar.

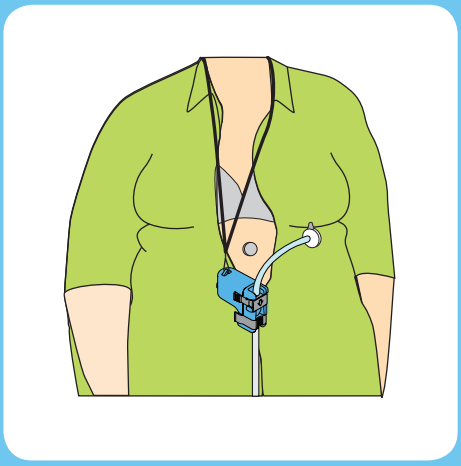
AspireAssist Cihazının Kurulumu

Adım 1:



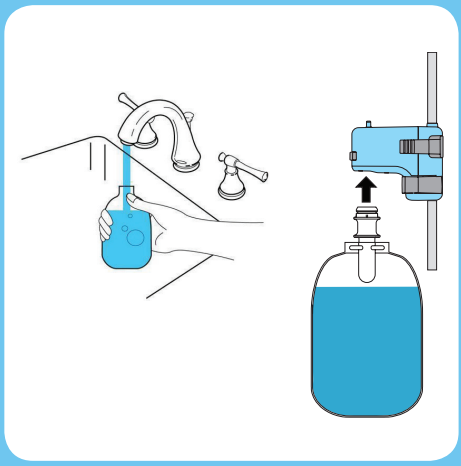
Konnektör Tüpü ile Diren Tüpünü T-Bağlantı Parçasına takın, sonra Companion içine ok aşağı gösterecek şekilde yerleştirin.

Adım 2:



Kordonu kullanarak sistemi boynun etrafından asın.

Adım 3:



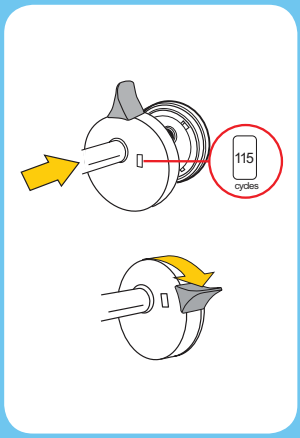
Rezervuarı su ile doldurun ve Companion'a takın.

Adım 4:

Diren tüpünü su seviyesinin hemen üzerine gelecek şekilde sistemi tuvalet üzerine konumlandırın.

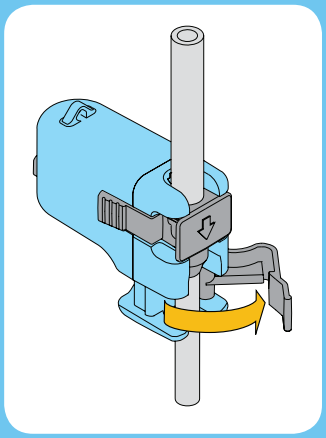
Çalıştırma

Adım 1:



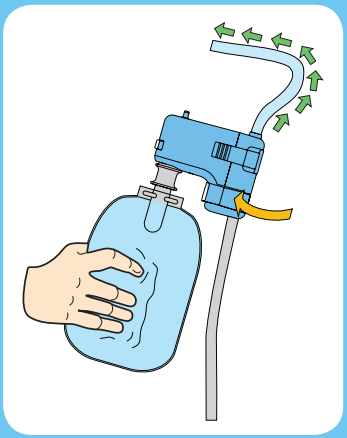
Diren Klempi kapalıyken, Konnektörü Skin-Port'a takın ve kolu saat yönünde çevirin.

Adım 2:



Boşaltmaya başlamak için Diren Klempi'ni açın.

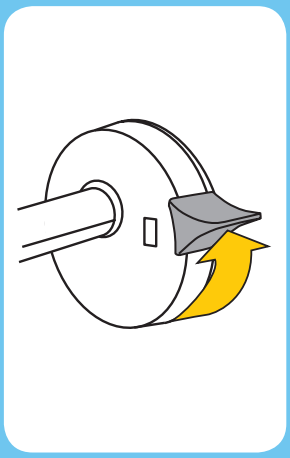
Adım 3:



Boşaltma işlemi tamamlandığında, Diren Klempi'ni kapatın ve içindeki suyun dörtte birini mideye akıtmak üzere Rezervuar'ı sıkın. Temiz su akıncaya ve mideniz boş hissetmeye başlayıncaya kadar 2. ve 3. adımları tekrarlayın.

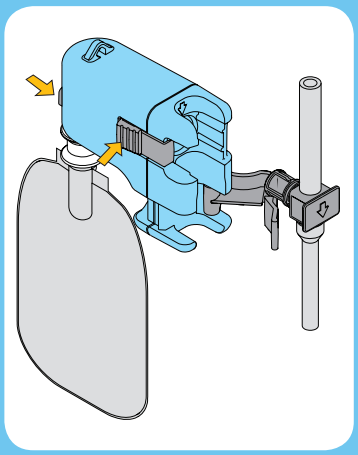
Parçalara Ayırma ve Durulama

Adım 1:



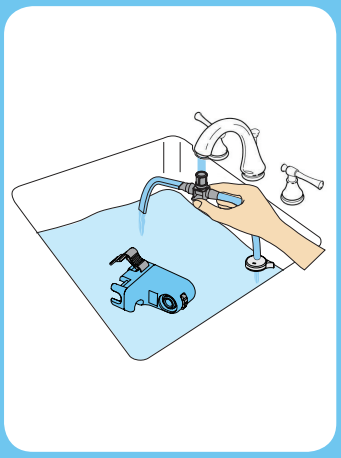
Konnektörü çıkarmak için kolu saat yönünün tersine döndürün.

Adım 2:



Diren Klempini açın, T-Bağlantı Parçasını ve tüpü çıkartmak için Tubing Release (Tüpü Serbest Bırak) butonuna basın. Rezervuarı serbest bırakmak için rezervuarı serbest bırakma butonuna basın.

Adım 3:



Tüm parçaları lavaboda durulayın. Taşıma çantasında saklayın. *Not: Temizlik talimatlarının tümü hakkında bilgi almak için Kullanıcı Kılavuzu'na bakın.*

Nasıl Çalışır

Genellikle yemek yedikten sonra yiyecekler bir iki saat içinde küçük parçalara ayrılacakları mideye gider. Daha sonra yiyecekler, kalorilerin ve besinlerin emildiği bağırsaklara geçerler. AspireAssist, yemek yedikten yaklaşık yirmi dakika sonra alınan kalorilerin %25-30'nu midenizden çıkarır.

Programa Bağlı Kalın

Alacağınız kalorilerin bazılarının yok olması önemli kilo kaybına yol açacaktır. En başarılı hastalar, günde iki üç defa her ana öğünden sonra aspirasyon yapan hastalardır. Diğer kilo verme programlarında olduğu gibi Aspirasyon Tedavisi'nde de programa bağlılık önemlidir! Sihirli bir kurşun değildir ama oldukça başarılı bir araçtır. Aspirasyon işlemini ne zaman ve nerede günlük hayatınıza sokacağınıza yönelik planınızı şimdiden yapın.

Çiğne, Çiğne, Çiğne!

Yediğiniz her şeyin tüp içerisindeki delikten geçmesi gerektiğini unutmayın. Bu ilk başlarda düşündüğünüzden daha fazla zaman ve sabır gerektirecektir, ancak bu aspirasyon işlemini çok daha kolaylaştıracaktır (sizin daha yavaş yiyerek daha hızlı bir şekilde tok hissetmenizi sağlayacaktır). Yeterince çiğnediğinizde tüpün sık sık tıkanmayacağını ve 5-10 dakika işinde aspirasyon işlemini tamamlayacağınızı bileceksiniz.

Zamanlamanın Önemi

Aspirasyon işlemine yönelik en ideal zaman, her yemekten yaklaşık yirmi dakika sonradır. Mümkün olduğunca yirmi dakikalık süreye uymaya çalışın, hatırlamak için alarm kurabilirsiniz. Unuttuğunuz takdirde, bir saat sonra aspirasyon gerçekleştirmenin hiç yapmamaktan daha iyi olduğunu unutmayın!

Atıştırmaları Azaltın

Vücudunuz azalan kalori emilimine kendini ayarlarken, başlangıçta kendinizi aç hissedebilirsiniz. Kuru yemişler aspire edilmediğinden, bunları atıştırma miktarını azaltmak, meyve ve yağsız et gibi düşük kalorili yiyecekleri yemek önemlidir. Düzenli olarak yemek yediğinizden emin olun böylece kendinizi yeniden aç hissetmeye başladığınızda sağlıklı ve dengeli bir yemek yersiniz.

Öğrenme Eğrisi

İlk zamanlarda, aspirasyon akışını başlatmada sorun yaşayabilirsiniz. Ümitsizliğe kapılmayın - zamanla işleme yardımcı olacak ipuçlarını öğreneceksiniz. İşte denemeniz için bazıları:

- Karın kaslarınızı sıkın.
- Boşaltım esnasında Konnektör tüpünü sıkın ve bırakın.
- Su infizyonu sonrasında suyun yiyecekler ile karışmasına izin vermek için birkaç saniye bekleyin. Karışım işlemine yardımcı olmak için midenizin üzerine ellerinizle yavaşça baskı uygulayın.

- Aspirasyon öncesinde bir bardak su için.
- Tüp deliklerinin midenizde yeni bir pozisyona gelmesi için Konnektörü yavaşça çevirin.

Kendinizi daha rahat hissettikçe aspirasyon işlemi daha az zaman alacaktır. Özellikle yemeklerle birlikte tüm gün boyunca bol miktarda su içmeyi unutmayın. Su, tokluk hissi yaratmasının yanı sıra aspirasyon esnasında akışın başlamasına da yardımcı olacaktır.

Başarı Başarıyı Çeker!

Aspirasyon Tedavisi ile birlikte bir yaşam biçimi değişikliği programı, sağlık hizmeti sağlayıcınız yardımıyla verilecektir. Bu programla sağlıklı beslenme seçeneklerinin ve fiziksel hareketlerin önemini öğreneceksiniz. Birçok hasta, AspireAssist sistemi ile erkenden kilo kaybetmenin bu tür olumlu değişimlere yardımcı olduğunu görmüştür.

Tıbbi İzleme

Aspirasyon Tedavisi dikkatli tıbbi gözlem altında gerçekleştirilmelidir. Kilo kaybı ilerlemesi ve genel sağlık durumunuz özellikle ilk yıl dikkatlice ve zaman zaman müteakip yıllarda doktorunuz tarafından izlenecektir. Hem kilo kaybı hem de aspirasyon tedavisinin gelişimi, besinlerde ve elektrolitlerde dengesizliğe sebep olabilir, bu yüzden denge sağlanmasına yönelik doktorunuz multivitamin ve/veya asit azaltıcı ilaçlar yazabilir. Bu ilaçların düzenli alınması ve planlı doktor kontrollerine düzenli gidilmesi çok önemlidir. Vücut tarafından emiliminden emin olmak için bu ilaçların aspirasyon işleminden en az **iki** saat önce alınması gerektiğini unutmayın.

AspireAssist Cihazının Çıkarılmasına Yönelik Bilgiler

Bazı hastalar, hedeflenen kiloya ulaşıldığında AspireAssist cihazının çıkarılmasını isteyebilir. Yaşam tarzınızda önemli değişiklikler yaptıysanız, yeniden kilo almadan bu mümkün olabilir. Cihaz olmadan kilo kaybını muhafaza edip edemeyeceklerini anlamaları için, AspireAssist cihazını çıkarmadan önce tüm hastalara en az iki ila üç ay arasında aspirasyon işlemine ara vermelerini tavsiye ediyoruz. Birçok hasta, kilo kaybını muhafaza ettiklerinden emin olmak için AspireAssist cihazını yerinde tutmayı tercih eder.

Sorun Giderme

Aspirasyon Tedavisi'ne başlamadan önce, lütfen bu Kullanıcı Kılavuzu'nu tamamen okuyun. Bu Kullanıcı Kılavuzu'nda verilen bilgiler ile çözülemeyen bir sorunla karşılaşırsanız, lütfen sağlık hizmeti veren kuruluşunuz ile irtibat kurun.

Aspire Bariatrics, Inc.
3200 Horizon Drive, Suite 100
King of Prussia, PA 19406 USA
PH: +1 610-590-1577
FAX: +1 610-279-1546

IFU-009-LANG C Rev. C / IFU-025-LANG C Rev. A

© Aspire Bariatrics, Inc. 2013